

القوي
العلمي



اختبار

الفصل الأول



في مادة

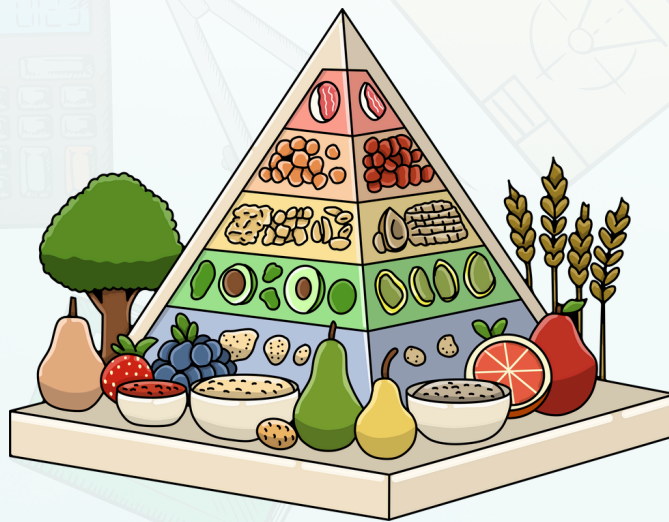
التربية العلمية



3

ابتدائي

2026/2025



من إعداد :
الأستاذ عمراني علي

اختبار الفصل الأول في مادة التربية العلمية و التكنولوجيا

التمرين الأول: أجب بـ: (صحيح) أو (خطأ) أمام كل عبارة :

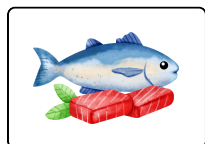
- أ- عِنْدَمَا يَنْقُصُ الْجُهِدُ الْعَصَلِيُّ يَتَسَارَعُ نَبْضُ الْقَلْبِ
ب- يُسَبِّبُ سُوءُ التَّغْذِيَةِ الْعَدِيدَ مِنَ الْأَمْرَاضِ
ج- تَتَنَقَّلُ الْحَيَوَانَاتُ بِنَمَطٍ وَاحِدٍ
د- يُمَكِّنُ جَسُ النِّبْضِ فِي عِدَّةِ أَمَاكِنَ

التمرين الثاني:

تَمَّ قِيَاسُ دَقَّاتِ الْقَلْبِ عِنْدَ شَخْصٍ فِي وَضْعِيَّاتٍ مُخْتَلِفَةٍ : (النَّوْمُ - الْجَرْيُ - الْمَشْيُ - الْجُلُوسُ).
إِمْلَأِ الْجَدُولَ التَّالِيَّ بِالْوَضْعِيَّاتِ الْمُنَاسِبَةِ السَّابِقَةِ :

عَدَدُ دَقَّاتِ الْقَلْبِ فِي الدَّقِيقَةِ	70	110	95	80
الْوَضْعِيَّاتُ				

التمرين الثالث: اربط الغذاء بالمجموعة الغذائية التي ينتمي إليها :

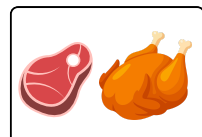
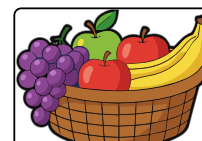


مجموعة اللحوم

مجموعة الحليب ومشتقاته

مجموعة الزيوت والدهون

مجموعة الخضار والفواكه



التمرين الرابع:

اكمل ملء الجدول بالبحث عن نمط التنقل، نمط التغذية و سطح ارتكاز هذه الحيوانات :

التصنيف الحيوان	نمط التنقل	نمط التغذية	سطح ارتكازه على الأرض
القرد			
البقرة			
الأسد			

الوضعية الإدماجية:

السند: تُحِبُّ أَمِيرَةُ تَنَاوُلَ الْحَلَوِيَّاتِ وَالْوَجَبَاتِ السَّرِيعَةِ الْغَنِيَّةِ بِالذُّهُونِ ، وَتَتَجَنَّبُ تَنَاوُلَ الْخُضْرِ وَالْفَوَاكِهِ الَّتِي يَحْتَاجُهَا جِسْمُهَا.

التَّغْلِيمَةُ: أَجِبْ عَلَى الْأَسْئَلَةِ التَّالِيَةِ :

1- مَا هُوَ الْمَشْكَلُ الصَّحِّي الَّذِي قَدْ تُصَابُ بِهِ أَمِيرَةُ ؟

.....

2- أَذْكَرُ بَعْضَ أَسْبَابِهِ .

.....

.....

3- كَيْفَ يُمَكِّنُهَا أَنْ تَتَفَادَاهُ ؟

.....

.....

نموذج تصحيح اختبار الفصل الأول في مادة التربية العلمية و التكنولوجيا

التمرين الأول: أجب بـ: (صحيح) أو (خطأ) أمام كل عبارة :

أ- عِنْدَمَا يَنْقُصُ الْجُهِدُ الْعَصَلِيُّ يَتَسَارِعُ نَبْضُ الْقَلْبِ **خطأ** (0.5)

ب- يُسَبِّبُ سُوءُ التَّغْذِيَةِ الْعَدِيدَ مِنَ الْأَمْرَاضِ **صحيح** (0.5)

ج- تَتَنَقَّلُ الْحَيَوَانَاتُ بِنَمَطٍ وَاحِدٍ **خطأ** (0.5)

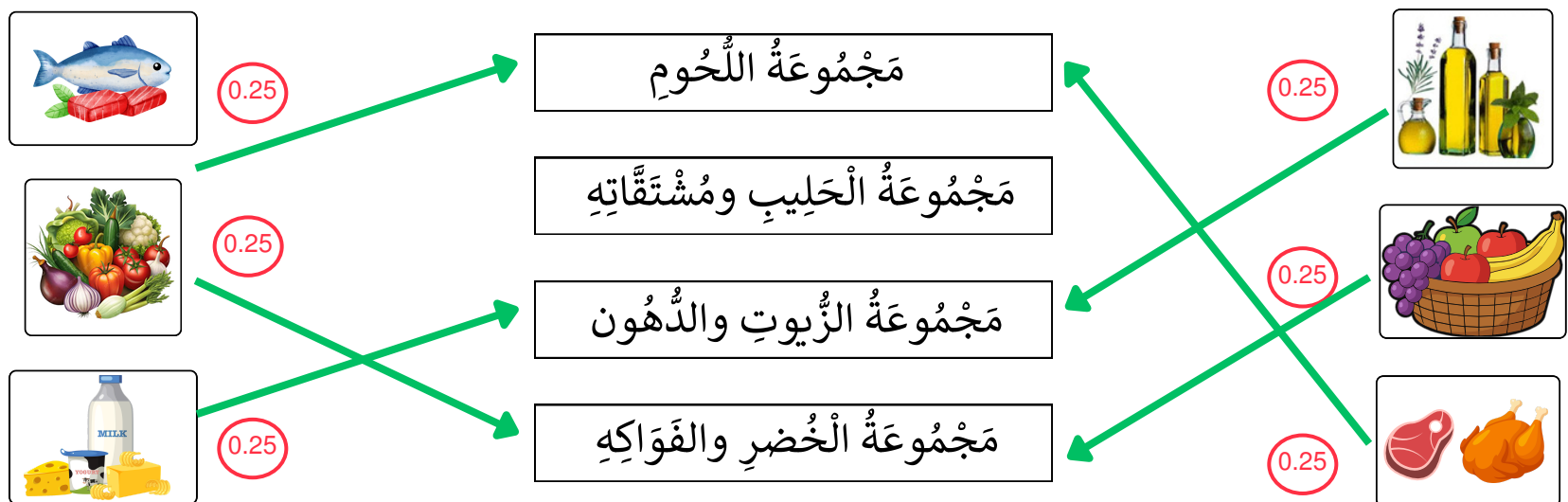
د- يُمَكِّنُ جَسُّ النَّبْضِ فِي عِدَّةِ أَمَاكِنَ **صحيح** (0.5)

التمرين الثاني:

تَمَّ قِيَاسُ دَقَّاتِ الْقَلْبِ عِنْدَ شَخْصٍ فِي وَضْعِيَّاتٍ مُخْتَلِفَةٍ : (النَّوْمُ - الْجَرْيُ - الْمَشْيُ - الْجُلُوسُ).
إِمْلَأِ الْجَدُولَ التَّالِيَّ بِالْوَضْعِيَّاتِ الْمُنَاسِبَةِ السَّابِقَةِ :

عَدَدُ دَقَّاتِ الْقَلْبِ فِي الدَّقِيقَةِ	70 (0.5)	110 (0.5)	95 (0.5)	80 (0.5)
الْوَضْعِيَّاتُ	النوم	الجري	المشي	الجلوس

التمرين الثالث: اربط الغذاء بالمجموعة الغذائية التي ينتمي إليها :



التمرين الرابع:

اكمل ملء الجدول بالبحث عن نمط التنقل، نمط التغذية و سطح ارتكاز هذه الحيوانات :

التصنيف الحيوان	نمط التنقل	نمط التغذية	سطح ارتكازه على الأرض
القرد	المشي/القفز (0.25)	كالشة (0.25)	أخمصية (0.25)
البقرة	المشي (0.25)	عاشبة (0.25)	ذات الحوافر (0.25)
الأسد	الركض (0.25)	لاحمة (0.25)	أصبعية (0.25)

الوضعية الإدماجية :

السند : تُحِبُّ أَمِيرَةُ تَنَاوُلَ الْحَلَوِيَّاتِ وَالْوَجَبَاتِ السَّرِيعَةِ الْغَنِيَّةِ بِالذُّهُونِ ، وَتَتَجَنَّبُ تَنَاوُلَ الْخُضَرِ وَالْفَوَاكِهِ الَّتِي يَحْتَاجُهَا جِسْمُهَا.

التَّغْلِيمَةُ : أَجِبْ عَلَى الْأَسْئَلَةِ التَّالِيَةِ :

1- مَا هُوَ الْمَشْكَلُ الصَّحِّي الَّذِي قَدْ تُصَابُ بِهِ أَمِيرَةُ ؟

المشكل الصحي الذي قد تصاب به أميرة هو الإصابة بمرض السمنة . (0.25)

2- أَذْكَرُ بَعْضَ أَسْبَابِهِ .

الإكثار من تناول الأطعمة الغنية بالدهون والسكريات. (0.5)

قلة ممارسة النشاط البدني. (0.5)

3- كَيْفَ يُمَكِّنُهَا أَنْ تَتَفَادَاهُ ؟

تقليل الحلويات والوجبات السريعة. (0.5)

ممارسة الرياضة بانتظام (0.5)



الأستاذ عمراني علي

Ali Amrani

Stambouli480@gmail.com

